

День здоровья.

Сценарий развлечения для детей старшей группы

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

- закрепить знания о полезных продуктах;
- укреплять физическое здоровье;
- прививать детям гигиенические навыки;
- воспитывать любовь к физкультуре;
- создать радостное настроение.

Ход развлечения

Звучит спортивный марш, дети маршируют возле стульчиков. По окончании марша садятся на стулья.

Ведущий: Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник «День здоровья» Скажите, пожалуйста, а что значит быть здоровым?

Дети дают ответы

Ребенок.

Если хочешь быть здоровым

Обойтись без докторов

Закаляйся, умывайся,

Спортом разным занимайся.

Раздается стук в дверь, заходит Айболит в руках у него чемоданчик.

Айболит: Здравствуйте, ребяткишки, девчонки и мальчишки? А вы меня узнали?

Айболит: Ребята, а вы все здоровы?

Запомните ребята!

Всех важнее - чистота

От хворобы, от болезней

защищает нас она,

И не даром говорят в народе...

Чистота - залог здоровья.

Сейчас я проверю, знаете ли вы предметы личной гигиены, т.е. предметы, которые помогают нам поддерживать чистоту?

Загадки:

1. Могу я в ней на дно нырнуть,

Но не могу я утонуть.

А если станет глубоко,

Открою пробку я легко. (*Ванна*).

2. Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне -

Пусть отмоет руки мне. (*Мыло*).

3. Костяная спинка,
Жесткая щетинка
С мятной пастой дружит,
Нам усердно служит. (*Зубная щетка*).

4. Целых 25 зубков
Для кудрей и хохолков.
И под каждым под зубком –
Лягут волосы рядком. (*Расческа*).

Ведущий: А давай. Айболит, проверим наших детей, как они запомнили и смогут ли правильно выбрать предметы личной гигиены.

Игра «Можно - нельзя».

Дети строятся в 2 колонны. Собирают в 2 корзины вещи, которыми можно пользоваться сообща и вещи для индивидуального использования.

В зал не спеша заходит Баба-Яга. Она держится за сердце, за поясницу, охает.

Айболит:

Ребята, кто это?

Что с тобой Баба Яга? Ты заболела?

Баба-Яга: Все болит, все хрустит.

Айболит: А ну-ка расскажи, что ты кушаешь?

Баба-Яга: Пиццу, чипсы, кириешки.

Айболит: А что ты любишь пить, Баба Яга?

Баба-Яга: Кока – колу, фанту, пепси, спрайт!

Айболит: Ой-ой-ой! Ты же губишь себя!

Айболит: Ты неправильно питаешься. Ребята, какую еду нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?

Дети: Овощи, фрукты.

Айболит: Скоро лето, поспеют ягоды, вырастут фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это натуральные витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть водой, а руки – водой с мылом.

Айболит: А знаете ли вы, дети, овощи и фрукты? Умеете ли различать их? Сейчас я предлагаю вам, ребята, разложить овощи и фрукты по разным корзинам.

Игра-эстафета: «Раздели овощи и фрукты».

Ведущий: Баба Яга, а чем ты занята по утрам?

Баба Яга: Утром я люблю поспать, поваляться в своей кровати.

Айболит: А зарядку ты делаешь по утрам?

Баба Яга: Зарядку? А зачем она мне нужна?

Ребенок.

Кто с зарядкой дружит смело,
Кто с утра прогонит лень,
Будет смелым и умелым,
И веселым целый день.

Ведущий: А знаешь, Баба Яга, мы сейчас научим тебя выполнять зарядку.

Музыкальная зарядка: «Солнышко лучистое».

Баба Яга: Ой, как я хорошо размяла свои косточки. Я даже проголодаться успела. Не сбегать ли мне в магазин за чипсами? Вам какие чипсы купить: с крабами или со сметаной и луком?

Айболит: Опять ты за свое, Баба Яга? Чипсы есть нельзя.

Ведущий: А давайте поможем Бабе Яге выбрать только нужные и полезные продукты.

Игра-эстафета: «Полезное и вредное».

На столе в большом подносе лежат картинки с нарисованными продуктами. Среди них есть полезные и вредные продукты. Две команды детей должны будут в свои небольшие подносы выбрать только картинки с полезными продуктами.

Айболит: Знаешь, Баба Яга, если ты будешь продолжать вести неправильный образ жизни, то можешь оказаться в больнице.

Баба Яга. Ой, я не хочу в больницу! Я хочу вести здоровый образ жизни, только я не знаю, что это такое! Научите меня!

Айболит: Ну, с продуктами мы тебе помогли разобраться. Научили, как делать зарядку. А еще, чтобы не болеть, надо всегда быть веселым и радостным, чаще улыбаться

Баба Яга: Ой, а кто же меня веселить - то будет?

Ведущий: А мы сейчас поднимем тебе настроение. Послушай нашу песню

Песня - игра « Нам всем весело живется».

Ведущий: А еще, когда нам становится скучно, мы начинаем играть.

Айболит: Ребята, а давайте научим играть Бабу Ягу в веселые игры.

Игра-эстафета: «Переложим мячики».

Две команды детей встают в колонну. В начале каждой колонны в корзине лежат мячи. В конце каждой колонны стоят пустые корзинки. Каждой команде необходимо быстро передавать мячики по одному из рук в руки, таким образом, переложив все мячи.

Ведущий: А я знаю еще одну веселую игру.

Игра-эстафета: «Игольное ушко».

Две команды детей. На расстоянии перед каждой командой лежат обручи. Дети по одному бегут к обручу, продевают его через себя, возвращаются назад к командам.

Баба Яга: Ой, спасибо вам, ребята. Набегалась я с вами. Настроение у меня «Во» (*показывает большие пальцы*). Проживу еще лет 200. А может больше.

Айболит: А как же твоя спина? А сердце?

Баба Яга: Ничего не болит. Я даже могу с вами потанцевать.

Танец «Бабка - Ёжка»

Баба Яга: Многoму вы меня научили, а теперь мне пора в лес бежать. Надо мне своих лесных приятелей научить здоровoму образу жизни.

Баба Яга убегает

Айболит: Ну а у меня для вас есть подарок (*«Аскорбинка фруктовая»*)

Угощайтесь, детвора,

Будьте здоровыми всегда!

Ведущий: Наш праздник подошел к концу.

В мире нет рецепта лучше: будь со спортом не разлучен,

Проживешь ты до ста лет! Вот и весь секрет.

Праздник завершать пора. Крикнем празднику «Ура!»